CENTRO NAZIONALE DI SELEZIONE E RECLUTAMENTO
UFFICIO CONCORSI E CONTENZIOSO

Allegato B al f.n. 81/1-13-1, datato 29 settembre 2011, del C.N.S.R.

NORME TECNICHE

PER LO SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO, PER ESAMI E TITOLI, PER L'AMMISSIONE AL 2° CORSO TRIENNALE ALLIEVI MARESCIALLI DEL RUOLO ISPETTORI DELL'ARMA DEI CARABINIERI

(G.U.R.I. – 4ª serie speciale, n. 74, del 16 settembre 2011)

I N D I C E

1. GENERALITÀ	**pag.**	**3**
2. OBIETTIVI	**“**	**3**
3. ORGANI E COMPETENZE	**“**	**3**
4. PROCEDURA DI SELEZIONE	**“**	**4**
5. PRESCRIZIONI DI CARATTERE GENERALE	**“**	**4**
6. ELENCO DEGLI ALLEGATI	**“**	**4**

1. GENERALITA'

Le presenti norme tecniche disciplinano le prove di efficienza fisica previste dall'art.9 del bando di concorso per l'ammissione al 2° corso triennale di 490 allievi marescialli del ruolo ispettori dell'Arma dei Carabinieri per l'anno accademico 2012-2015, pubblicato nella G.U.R.I. – 4^serie speciale, n.74, del 16 settembre 2011.

2. OBIETTIVI

Le prove di efficienza fisica hanno lo scopo di verificare il possesso da parte dei candidati delle qualità fisiche indispensabili per superare, dapprima il corso addestrativo e, successivamente, svolgere le funzioni attribuite ai Marescialli dell'Arma dei Carabinieri.
All'accertamento sono sottoposti i candidati che hanno superato la prova preliminare del concorso.
Il mancato superamento degli esercizi obbligatori determinerà giudizio di inidoneità ed esclusione del concorrente dal concorso.

3. ORGANI E COMPETENZE

Commissione per le prove di efficienza fisica
La sua composizione è specificata nell'art.5 comma 3, del bando di concorso.
Ha il compito di:
- controllare la corretta esecuzione delle prove;
- esprimere il giudizio definitivo.

La Commissione si avvarrà, durante l'espletamento delle prove, di personale dell'Arma dei Carabinieri in possesso della qualifica di istruttore militare di educazione fisica e dell'assistenza di personale medico.

4. PROCEDURA DI SELEZIONE

a. La Commissione, in data e luogo stabiliti dal Presidente della stessa, prima dell'inizio delle prove, si riunirà per prendere visione:
   - del bando di concorso;
   - delle norme tecniche relative allo svolgimento delle prove di efficienza fisica;
   - dell'elenco dei convocati per rilasciare la prescritta "dichiarazione di compatibilità" ai sensi dell'art. 11 del D.P.R. 09 maggio 1994, nr. 487.

   La Commissione redigerà, al termine della citata riunione, apposito verbale riassuntivo delle operazioni svolte.

b. I candidati convocati presso il C.N.S.R. del Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri:
   - saranno identificati mediante documento di riconoscimento valido, i cui estremi saranno annotati nel verbale individuale (**All.A**);
   - riceveranno un pettorale distintivo con numerazione crescente, che sarà annotata sul verbale individuale (**All.A**);
   - saranno sensibilizzati a rappresentare eventuali patologie mediche al fine di poter essere sottoposti a visita medica per stabilire la perfetta idoneità a sostenere le prove. Il/la concorrente che risultasse, su diagnosi del medico presente sul posto, impossibilitato/a, sarà invitato/a a sostenere le prove in altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento delle prove stesse.

c. Le prove di efficienza fisica saranno precedute, giornalmente, da una riunione preliminare illustrativa in cui la Commissione procederà a:
   - verificare la validità del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e quindi ammettere il/la candidato/a alle prove, secondo quanto previsto dal bando di concorso.

Per i concorrenti di sesso femminile dovrà essere verificato il possesso del referto attestante l'esito di test di gravidanza (mediante analisi su sangue o urine) effettuato presso struttura sanitaria pubblica, anche militare, o privata accreditata con il Servizio sanitario nazionale entro i cinque giorni precedenti la data di svolgimento delle prove di efficienza fisica. **La mancata presentazione del certificato di idoneità ad attività sportiva e del test di gravidanza o l'esibizione di documentazione non ritenuta valida determinerà la non ammissione a sostenere le prove di efficienza fisica e l'esclusione dal concorso ai sensi dell'art. 9, comma 2 lettera b), del bando**;

– illustrare ai candidati/e le modalità di svolgimento delle prove.

d. Le prove si svolgeranno nella sequenza e con le modalità indicate nell'**All. B**. La Commissione, per la prova della corsa piana di metri 1000, per i piegamenti sulle braccia e per le trazioni alla sbarra, si avvarrà, per la rilevazione dei tempi, di personale dell'Associazione Provinciale Cronometristi di Roma.

5. PRESCRIZIONI DI CARATTERE GENERALE

a. La Commissione esprime il giudizio definitivo all'unanimità che si esplicita con la compilazione e sottoscrizione del verbale in **All. A**.
La notifica al/la candidato/a del giudizio definitivo, con l'indicazione dell'eventuale punteggio incrementale conseguito, avviene mediante consegna allo/a stesso/a del verbale in **All. A**.
Al termine di ogni giornata di prove la Commissione redigerà un verbale riepilogativo delle operazioni svolte come da fac-simile in **All. C**.

b. Il/la concorrente che lamentasse postumi di infortuni o di indisposizioni precedentemente verificatisi dovrà ugualmente presentarsi nel giorno stabilito, portando al seguito ed esibendo, prima dell'inizio delle prove, idonea certificazione medica che sarà valutata dalla Commissione per le prove di efficienza fisica. Questa, sentito il medico presente sul posto, adotterà le conseguenti determinazioni, autorizzando l'eventuale differimento della effettuazione delle prove ad altra data, purché compatibile con il termine ultimo fissato per lo svolgimento delle prove stesse.
Allo stesso modo, il/la concorrente che prima dell'inizio delle prove accusi una indisposizione o dovesse infortunarsi durante l'esecuzione di uno degli esercizi, dovrà farlo immediatamente presente alla Commissione la quale, sentito il personale medico presente, adotterà le conseguenti determinazioni.
La Commissione può, al verificarsi di eventi eccezionali da valutare di volta in volta (particolari condizioni metereologiche, incidenti in cui sono rimasti vittima uno o più candidati per cause non riconducibili agli interessati, eventuali altri accadimenti che possano aver condizionato l'esito della prestazione sportiva senza responsabilità dei danneggiati), disporre la ripetizione di una o più prove, anche fissando una nuova data di convocazione. In proposito dovrà essere data immediata comunicazione al personale del Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento – Ufficio Concorsi e Contenzioso, redigendo apposito verbale.
Per tutto quanto non sopra precisato sarà fatto riferimento ai regolamenti tecnici della relativa federazione sportiva italiana.

ELENCO DEGLI ALLEGATI

Allegato A: verbale di svolgimento delle prove di efficienza fisica;
Allegato B: prove di efficienza fisica per i concorrenti di sesso maschile e femminile
Allegato C: verbale riepilogativo delle operazioni giornaliere.

Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PER L'AMMISSIONE AL 2° CORSO TRIENNALE ALLIEVI MARESCIALLI DELL'ARMA DEI CARABINIERI

VERBALE DI SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA

Concorrente: _____ nato/a il _____,
(cognome e nome)
estremi documento di riconoscimento: VEDASI ALLEGATA FOTOCOPIA. Pettorale Nr. _____

LA COMMISSIONE

riunita in Roma il ____/__/2011, presso il C.U.S., viale Tor di Quinto n.54 (per la corsa piana) e presso il C.N.S.R., viale Tor di Quinto n.119 (per i piegamenti sulle braccia, il salto in alto e le trazioni alla sbarra), ai sensi dell'art. 9 del bando di concorso,

☐ avendo riscontrato la validità e la regolarità del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e, se concorrente di sesso femminile, del referto attestante l'esito di test di gravidanza, ha sottoposto il/la concorrente, nell'ordine appresso indicato, alle prove di efficienza fisica di seguito indicate;

☐ ha ritenuto di non ammettere il/la concorrente in epigrafe alle prove di efficienza fisica, in quanto il/la medesimo/a:

- ☐ non ha presentato il certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera;
- ☐ non ha presentato il referto attestante l'esito di test di gravidanza;
- ☐ ha prodotto il certificato/referto allegato che la Commissione ha ritenuto non valido.

	PROVE	RISULTATO	GIUDIZIO		PUNTEGGIO
esercizi obbligatori	Corsa piana di m. 1000: *- uomini: tempo massimo 4'20''* *- donne: tempo massimo 5'00''*	Tempo rilevato: _____ ,_____''	☐ Inidoneo	☐ Idoneo	
esercizi obbligatori	Piegamenti sulle braccia (tempo limite 2' senza interruzioni): *- uomini: minimo 12* *- donne: minimo 10*	Nr. piegamenti: _____	☐ Inidoneo	☐ Idoneo	
esercizi facoltativi	Salto in alto:	1° tentativo cm. 120 (M) - cm. 100 (F) ☐ SI ☐ NO			
		2° tentativo cm. 120 (M) - cm. 100 (F) ☐ SI ☐ NO			
		3° tentativo cm. 120 (M) - cm. 100 (F) ☐ SI ☐ NO			
	Trazioni alla sbarra (tempo limite 2' senza interruzioni): *- uomini:almeno 3 - donne: almeno 2*	Nr. trazioni: _____			

Qualora il/la concorrente non superi anche una sola delle prove di efficienza fisica obbligatorie sarà dichiarato/a inidoneo/a e, pertanto, escluso/a dal concorso (art. 9, comma 4). Il superamento degli esercizi obbligatori e facoltativi determinerà giudizio di idoneità alle prove di efficienza fisica, con attribuzione di un punteggio secondo le modalità indicate nell'Allegato "C" del bando di concorso, fino ad un massimo di 2,0.

Stante le risultanze delle suddette prove, ha giudicato il/la concorrente: ☐ INIDONEO/A ☐ IDONEO/A CON IL PUNTEGGIO DI _____

L A C O M M I S S I O N E

Il Membro _____

Il Membro e segretario _____

Il Presidente _____

Avverso il presente giudizio è ammesso, dalla sua notifica:

- entro 60 giorni, ricorso al Tribunale Amministrativo per la Regione Lazio, con sede in Roma, nei termini e modi prescritti rispettivamente dagli artt. 29 e 41 del D.Lgs. 2 luglio 2010, n.104 e secondo il criterio della inderogabilità della competenza di cui agli artt. 13 e seguenti della medesima norma;
- entro 120 giorni, ricorso straordinario al Presidente delle Repubblica.

Copia del presente atto mi è stata consegnata, per notifica, il _____
Firma del/lla candidato/a

_____

PROVE DI EFFICIENZA FISICA
CUI SARANNO SOTTOPOSTI I CONCORRENTI DI SESSO MASCHILE

PROVE OBBLIGATORIE			
ESERCIZI	**PARAMETRI DI RIFERIMENTO PER IL CONSEGUIMENTO DELL'IDONEITA'**	**GIUDIZIO**	**PUNTEGGIO ACQUISIBILE**
Corsa piana di metri 1000	tempo superiore a 4' 20''	INIDONEO	
Corsa piana di metri 1000	tempo compreso tra 3' 41''e 4' 20''	IDONEO	0 punti
Corsa piana di metri 1000	tempo inferiore o uguale a 3' 40''	IDONEO	0,5 punti
Piegamenti sulle braccia	piegamenti inferiori a 12 tempo massimo 2' senza interruzioni	INIDONEO	
Piegamenti sulle braccia	piegamenti compresi tra 12 e 20 tempo massimo 2' senza interruzioni	IDONEO	0 punti
Piegamenti sulle braccia	piegamenti uguali o superiori a 21 tempo massimo 2' senza interruzioni	IDONEO	0,5 punti

PROVE FACOLTATIVE		
ESERCIZIO	**PARAMETRI DI RIFERIMENTO**	**PUNTEGGIO ACQUISIBILE**
Salto in alto	altezza cm. 120 tre tentativi	0,5 punti
Trazioni alla sbarra	trazioni almeno 3 tempo massimo 2'	0,5 punti
		Totale massimo 2,0 punti

I concorrenti dovranno effettuare gli esercizi sopraindicati in sequenza.

Il mancato superamento degli esercizi obbligatori determinerà giudizio di non idoneità ed esclusione del candidato dal concorso. Il mancato superamento degli esercizi facoltativi non inciderà sulla già conseguita idoneità al termine degli esercizi obbligatori.

Il superamento di tutti gli esercizi obbligatori ed eventualmente di quelli facoltativi darà luogo all'attribuzione di punteggi incrementali secondo le modalità sopra indicate.

PROVE DI EFFICIENZA FISICA
CUI SARANNO SOTTOPOSTI I CONCORRENTI DI SESSO FEMMINILE

PROVE OBBLIGATORIE			
ESERCIZI	**PARAMETRI DI RIFERIMENTO PER IL CONSEGUIMENTO DELL'IDONEITA'**	**GIUDIZIO**	**PUNTEGGIO ACQUISIBILE**
Corsa piana di metri 1000	tempo superiore a 5'00''	INIDONEA	
Corsa piana di metri 1000	tempo compreso tra 4'36'' e 5' 00''	IDONEA	0 punti
Corsa piana di metri 1000	tempo inferiore o uguale a 4' 35''	IDONEA	0,5 punti
Piegamenti sulle braccia	piegamenti inferiori a 10 tempo massimo 2' senza interruzioni	INIDONEA	
Piegamenti sulle braccia	piegamenti compresi tra 10 e 17 tempo massimo 2' senza interruzioni	IDONEA	0 punti
Piegamenti sulle braccia	piegamenti uguali o superiori a 18 tempo massimo 2' senza interruzioni	IDONEA	0,5 punti

PROVE FACOLTATIVE		
ESERCIZIO	**PARAMETRI DI RIFERIMENTO**	**PUNTEGGIO ACQUISIBILE**
Salto in alto	altezza cm. 100 tre tentativi	0,5 punti
Trazioni alla sbarra	trazioni almeno 2 tempo massimo 2'	0,5 punti
		Totale massimo 2,0 punti

Le concorrenti dovranno effettuare gli esercizi sopraindicati in sequenza.

Il mancato superamento degli esercizi obbligatori determinerà giudizio di non idoneità ed esclusione della candidata dal concorso. Il mancato superamento degli esercizi facoltativi non inciderà sulla già conseguita idoneità al termine degli esercizi obbligatori.

Il superamento di tutti gli esercizi obbligatori ed eventualmente di quelli facoltativi darà luogo all'attribuzione di punteggi incrementali secondo le modalità sopra indicate.

Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri

Centro Nazionale di Selezione e Reclutamento

COMMISSIONE PER LA VALUTAZIONE DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA DEL CONCORSO PER L'AMMISSIONE AL 2° CORSO TRIENNALE ALLIEVI MARESCIALLI DELL'ARMA DEI CARABINIERI

VERBALE N. ___

RELATIVO ALLO SVOLGIMENTO DELLE PROVE DI EFFICIENZA FISICA

Oggi ____/_____/ 2011, alle ore ___.____ la Commissione per la valutazione delle prove di efficienza fisica, nominata con decreto dirigenziale del _____/_____/_____, composta dal:

- _____ _____ _____ Presidente
- _____ _____ _____ Membro
- _____ _____ _____ Membro e segretario

si è riunita in Roma, presso il CUS, viale Tor di Quinto n.54, per lo svolgimento della corsa piana e presso il C.N.S.R., viale Tor di Quinto 119, per lo svolgimento dei piegamenti sulle braccia, del salto in alto e delle trazioni alla sbarra (art. 9 del bando di concorso).

Sulla base dell'elenco pervenuto dal C.N.S.R. del Comando Generale dell'Arma dei Carabinieri e previo accertamento dell'identità personale dei concorrenti, a conclusione dell'afflusso degli stessi, si procede al loro riscontro numerico e nominativo, nonché al controllo del numero del pettorale loro assegnato, riportato nel già citato elenco.

Dei _____ concorrenti convocati risultano:

- n. ____ assenti giustificati da riconvocare in altra data (come da elenco riepilogativo in allegato);
- n. ____assenti ingiustificati (come da elenco riepilogativo in allegato) e pertanto esclusi dal concorso.

Il Presidente constatato che sono le ore ___.____ e che non sono sopraggiunti altri concorrenti:

- verifica la validità del certificato di idoneità ad attività sportiva agonistica per l'atletica leggera e, se concorrente di sesso femminile, del referto attestante l'esito di test di gravidanza, in possesso di ciascun candidato, come previsto dall'art. 9, comma 2, lettera b), del bando di concorso;
- illustra ai concorrenti le modalità di svolgimento delle prove, di cui all'articolo 9 del bando di concorso;
- dispone l'inizio dello svolgimento delle prove nel seguente ordine:
  - corsa piana di metri 1000 - prova obbligatoria;
  - piegamenti sulle braccia - prova obbligatoria;
  - salto in alto - prova facoltativa;
  - trazioni alla sbarra - prova facoltativa.

La seduta delle prove ha inizio alle ore ____/____.

Alla 1^ prova (corsa piana) risultano, come da allegati verbali (**All. A** alle norme tecniche) e responsi cronometrici rilasciati dalla Federazione Italiana Cronometristi, n. ____ concorrenti idonei e n. _____ concorrenti inidonei; quest'ultimi sono esclusi dal concorso.

Alla 2^ prova (piegamenti sulle braccia) risultano, come da allegati verbali (**All. A** alle norme tecniche), n. ____ concorrenti idonei e n. ___ concorrenti inidonei; quest'ultimi sono esclusi dal concorso.

Dei n. ____ concorrenti idonei, n. ____ chiedono di effettuare il salto in alto e n.____ le trazioni alla sbarra.

La seduta di prove si è svolta regolarmente e si è conclusa alle ore ___.____.

La seduta è tolta alle ore ___.___.

Fatto, letto e sottoscritto.

L A C O M M I S S I O N E

Membro	Presidente	Membro e segretario
_____	_____	_____